



آپ کی آئندہ کی نگہداشت کی منصوبہ بندی  
ایک راہنما

Urdu edition

## آپ کی آئندہ کی نگہداشت کی منصوبہ بندی

### ایک راہنما

آپ کی زندگی میں ایسے اوقات آسکتے ہیں جب آپ سنگین بیمار ہونے یا معذور ہوجانے کے نتائج کے بارے میں سوچتے ہیں۔ یہ وقت کسی خرابی صحت کے وقت یا زندگی کو تبدیل کردینے والے وقوعہ کے نتیجے میں آسکتا ہے۔ اس کی وجہ بس یہ ہوسکتی ہے کہ آپ ایسے افراد میں سے ہیں جو پیشگی منصوبہ بنانا پسند کرتے ہیں۔

ایک سنگین بیماری میں مبتلا ہوکر زندگی گزارنا آپ کے لئے، آپ کے ساتھی یا آپ کے رشتہ داروں کے لئے کیا معنی رکھتا ہے اس بارے میں آپ غور و فکر کرنے کا موقع حاصل کرنا چاہیں گے، خاص طور پر اس صورت میں جب آپ خود کے لئے فیصلے کرنے سے قاصر ہوجائیں۔ آپ یہ ریکارڈ کرنے کے خواہاں ہوسکتے ہیں کہ آئندہ کی نگہداشت اور معالجون کے لئے آپ کی ترجیحات اور خواہشات کیا ہوسکتی ہیں یا بس آپ کچھ بھی نہ کرنے کا انتخاب کرسکتے ہیں۔

لوگوں کو اپنی خواہشات سے واقف کرانے کا ایک طریقہ وہ کارروائی ہے جس کو پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کہا جاتا ہے۔

یہ کتابچہ آپ کے لئے پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی اور آپ کے لئے جو اختیارات موجود ہیں ان کے بارے میں ایک آسان وضاحت فراہم کرتا ہے۔ اس کتابچہ میں کچھ ایسی اصطلاحات شامل ہیں جو دماغی لیاقت سے متعلق ایکٹ (Mental Capacity Act) (2005) کے لائحہ عمل میں مذکور ہیں، لہذا یہاں استعمال ہونے والی کچھ اصطلاحات آپ کے لئے نئی ہوسکتی ہیں۔

## پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کیا ہے؟

پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی آپ اور آپ کو نگہداشت فراہم کرنے والے افراد، مثلاً، آپ کی نرسوں، ڈاکٹر، نگران خانہ کے منتظم، سماجی کارکن (social worker)، اہل خانہ یا دوستوں کے مابین بات چیت کی کارروائی ہوتی ہے۔

اس بات چیت کے دوران آپ اپنی مستقبل کی نگہداشت کے بارے میں کچھ آراء، ترجیحات، اور خواہشات کا اظہار کرنے کا انتخاب کر سکتے ہیں تاکہ اگر آپ مستقبل میں کسی مرحلے پر خود اپنے فیصلے کرنے کے قابل نہ رہیں تو ان ساری چیزوں کو زیر غور رکھا جائے۔ یہ کارروائی آپ کو اپنی نگہداشت میں شامل سبھی افراد سے اپنی خواہشات بتانے کا اہل بنائے گی۔

## پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کے پہلو

اپنے اختیارات کا پتہ لگانا

بات چیت کا آغاز کرنا

اگر آپ چاہیں تو، مخصوص معاملے سے منع کرنا

اپنی خواہشات اور ترجیحات کو شناخت کرنا

تاحیات مختار نامہ (Lasting Power of Attorney) استعمال کرتے ہوئے آپ کے لئے فیصلے کرنے کے واسطے کسی کو متعین کرنا

یہ نشاندہی کرنا کہ آپ اپنی جانب سے کس سے رابطہ کیا جانا پسند کریں گے

لوگوں کو اپنی خواہشات بتانا

اس کتابچہ میں ان نکات کی وضاحت کی جائے گی۔

پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی ایک کلی طور پر رضا کارانہ کارروائی ہے اور کسی پر بھی مذکورہ بالا اقدامات اپنانے کا کسی طرح کا کوئی دباؤ نہیں ہوتا

ہے۔



## بات چیت کا آغاز کرنا

کس فرد کے ساتھ پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی پر بات چیت کرنا اس کتابچہ میں مذکور ایک یا زیادہ نکات کا پیش خیمہ ہوسکتا ہے۔

پیشگی نگہداشت کے بارے میں بات چیت کوان سے تحریک مل سکتی ہے :

- صرف کوئی غیر متوقع امور پیش آنے کی صورت میں منصوبے بنانے کی خواہش
- آپ کے مستقبل یا سبکدوشی کے لئے منصوبہ بنانا
- سنگین یا طویل مدتی بیماری کی تشخیص پر عمل کرنا یا اس امر سے واقف رہنا کہ آپ کے پاس زندگی گزارنے کے لئے محدود وقت ہوسکتا ہے
- شریک حیات، ساتھی یا دوست کی وفات کے بعد۔

ہی ہے۔ تاہم، پیشگی بات چیت کرنے اور منصوبہ بنانے کا مطلب یہ ہے کہ آپ کی خواہشات دوسروں کو معلوم ہوجانے کا زیادہ امکان ہے۔ یہ ان لوگوں کے لئے اہم ہے جو اپنی نگہداشت کے بارے میں فیصلے کرنے کے ذمہ دار ہیں ایسی صورت میں کہ وہ سنگین بیماری کی وجہ سے خود اپنے فیصلے کرنے کی لیاقت سے محروم ہوجائیں۔



## اپنے اختیارات کا پتہ کریں

پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی آپ کی پسند کے مطابق کسی بھی وقت ہوسکتی ہے۔ اپنے نگہداشت فراہم کنندہ یا اپنے کسی قریبی فرد سے اپنے ساتھ بات چیت کرنے کو کہیں۔ آپ پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی پر بات چیت کرنے کے لئے ایک مناسب وقت اور جگہ کا منصوبہ بنانے کے خواہاں ہوسکتے ہیں۔

آپ کے لئے جو اختیارات دستیاب ہیں ان کا پتہ لگانے کے لئے، آپ کو اور جس فرد کے ساتھ آپ گفتگو کرتے ہیں اس کو کچھ تعاون اور مشورہ حاصل کرنے کی ضرورت پڑسکتی ہے۔

ان امور کے بارے میں آپ کی مستحکم آراء ہوسکتی ہیں جنہیں پیش آنا آپ کو پسند ہے یا پسند نہیں ہے۔ مثال کے طور پر، کچھ لوگوں کو یہ نظر آسکتا ہے کہ اگر وہ بیمار ہوجائیں تو وہ ہمیشہ گھر پر رہنا پسند کریں گے۔ تاہم، کچھ حالات میں یہ حقیقت پسندانہ انتخاب نہیں ہوسکتا ہے۔

### اختیارات کا پتہ لگانے کے بارے میں ایک مثال

ایلا (Ella) اپنی بیٹی، داماد اور دو چھوٹے نواسوں کے ساتھ رہتی ہے۔ اسے پتہ ہے کہ وہ اپنی زندگی کے خاتمے کی جانب بڑھ رہی ہے اور وہ اپنے گھر پر رہنا پسند کرے گی۔ لیکن ایلا کو یہ بھی لگتا ہے کہ اپنے کنبے کو بچانے اور اضافی کام یا پریشانی سے بچنے کے لئے اسے حقیقت میں ایک نرسنگ ہوم میں جانا چاہیے۔ اس تصور سے اس کو زبردست فکر لاحق ہے۔

ایلا نے اپنے خاندان کو اپنی خواہشات کے بارے میں نہیں بتایا ہے لہذا وہ نہیں جانتی ہے کہ اس کی دیکھ بھال کرنے کے امکان کے بارے میں ان کے محسوسات کیا ہیں۔ اس نے اپنے ڈاکٹر سے نہیں پوچھا ہے کہ خود اپنے ہی گھر میں رہنے پر اس کی مدد کے لئے مقامی طور پر کون سا تعاون دستیاب ہے یا اس کے لئے نرسنگ ہوم کی بجائے کوئی اور متبادل دستیاب ہیں۔

سبھی دستیاب اختیارات پر گفتگو کرنے اور ان کا پتہ لگانے سے ایلا کو اپنی کچھ تشویشات حل کرنے اور اپنے خاندان کے ساتھ مل کر اپنے آئندہ کے منصوبے بنانے میں مدد مل سکتی ہے۔

## اپنی خواہشات اور ترجیحات کو شناخت کرنا

پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کے دوران آپ جن خواہشات کا اظہار کرتے ہیں وہ آپ کی ذات تک محدود رہتی ہیں اور یہ آپ کی آئندہ نگہداشت کے ساتھ انجام دی جانے والی کسی بھی چیز کے بارے میں ہوسکتی ہیں۔

آپ مستقبل کے لئے اپنی اولیتوں اور ترجیحات کو شامل کرنے کے خواہاں ہوسکتے ہیں، مثلاً:

- آپ جس مذہبی یا روحانی اعتقادات کے حامل ہیں ان کی عکاسی اپنی نگہداشت میں کس طرح ہوتے دیکھنا چاہتے ہیں
- اس شخص / فرد کا نام جس سے آپ آئندہ کسی وقت میں اپنی جانب سے رجوع کیے جانے کے خواہشمند ہوں گے؛ یہ خاندان کا کوئی قریبی فرد ہوسکتا ہے لیکن آپ کی پسند کا کوئی بھی ہوسکتا ہے
- آپ کہاں پر اپنی دیکھ بھال کروانا چاہیں گے اس بارے میں آپ کی پسند، مثلاً، گھر پر، ہسپتال، نرسنگ ہوم یا شفا خانے میں
- اپنی زندگی کے آخری وقت میں آپ کہاں پر اپنی دیکھ بھال کروانا چاہیں گے اور کس کو اپنے ساتھ رکھنا پسند کریں گے
- آپ کو جو مختلف معالجے یا نگہداشت کی قسمیں پیش کی جاسکتی ہیں ان کے بارے میں آپ کے خیالات
- آپ معاملات کس طرح انجام دینا پسند کریں گے، مثلاً حمام کے بجائے شاور کو ترجیح دینا یا روشنی جلا کر سونا
- عملی امور کے بارے میں تشویشات یا تدابیر، مثلاً اگر آپ بیمار ہوجاتے ہیں تو آپ کے پالتو جانوروں کی دیکھ بھال کون کرے گا۔

اگر آپ خود سے فیصلہ کرنے سے قاصر ہوجاتے ہیں تو، اس معلومات سے آپ کی نگہداشت کرنے والے افراد کو جو چیز آپ کے بہترین مفادات میں ہے اسے شناخت کرنے اور آپ کی جانب سے فیصلے کرنے میں مدد ملے گی۔

## مخصوص معالجے سے منع کرنا

پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کی بات چیت کے دوران، آپ جو مخصوص طبی معالجہ کروانا پسند نہیں کرتے ہیں اس کے بارے میں انتہائی مخصوص رائے ظاہر کرنے کا فیصلہ کرسکتے ہیں۔ معالجہ سے منع کرنے کے لئے ایک پیشگی فیصلہ کر کے یہ کام کیا جاسکتا ہے۔

معالجے سے منع کرنے کا پیشگی فیصلہ (جس کو کبھی کبھی زندہ وصیت یا پیشگی رہنما ہدایات کہا جاتا ہے) وہ فیصلہ ہوتا ہے جو آپ مستقبل میں کسی مرحلے پر ایک مخصوص قسم کے معالجے سے منع کرنے کے لئے کرتے ہیں۔ معالجہ غیر متعلق ہوجانے کے وقت اگر آپ خود اپنا فیصلہ نہیں کرسکتے ہیں تو اس پر عمل کرنا ہوتا ہے۔

کبھی کبھار آپ بعض حالات میں ایک معالجہ سے منع کرنے کے خواہاں ہوسکتے ہیں لیکن دوسرے حالات میں نہیں۔ اگر ایسا ہے تو، آپ کو وہ سبھی حالات بیان کرنے چاہئیں جن میں آپ اس مخصوص معالجہ سے منع کرنا چاہتے ہوں۔

اگر آپ ایسے معالجے سے منع کرنا چاہیں جو امکانی طور پر جان بچانے والا ہو، مثلاً، وینٹیلیشن (ventilation) تو اس ضمن میں اصول موجود ہیں۔ اس قسم کے معالجے سے منع کرنے کا پیشگی فیصلہ لازمی طور پر تحریری شکل میں ہونا چاہیے، اس پر دستخط اور شہادت ہونی چاہیے اور اس میں یہ بیان شامل ہونا چاہیے 'چاہے اس کے نتیجے میں زندگی کو خطرہ لاحق ہوجائے'۔

اگر آپ معالجہ سے منع کرنے کے لئے ایک پیشگی فیصلہ کرنا چاہتے ہیں تو، آپ کو نگہداشت صحت سے متعلق پیشہ ور فرد (health care professional) سے جو آپ کی طبی سرگزشت سے کلی طور پر واقف ہو اس پر گفتگو کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

معالجے سے منع کرنے کا پیشگی فیصلہ صرف اسی صورت میں استعمال ہوگا جب آپ مستقبل میں کسی وقت اپنے معالجہ کے بارے میں خود اپنے فیصلے کرنے کی اہلیت سے محروم ہوجائیں گے۔

یاد رکھیں کہ آپ کسی بھی وقت اپنا ارادہ تبدیل کرسکتے ہیں۔

## اپنے لئے بات کرنے کے واسطے کسی کو کہیں

آپ کسی فرد کو- یا یہاں تک کہ ایک سے زیادہ فرد کو- نامزد کرسکتے ہیں جس سے آپ کی نگہداشت کے بارے میں اس وقت پوچھا جانا چاہیے جب آپ اپنے لئے فیصلے کرنے کے قابل نہ ہوں۔ یہ فرد خاندان کا کوئی قریبی ممبر، دوست یا آپ کی پسند کا کوئی اور فرد ہوسکتا ہے۔

اگر مستقبل میں آپ اپنے لئے فیصلے کرنے کے قابل نہیں رہتے ہیں تو، صحت یا سماجی نگہداشت سے متعلق پیشہ ور فرد، اگر ممکن ہو تو، آپ کے نامزد کردہ فرد سے رجوع کرے گا۔ ویسے تو یہ فرد آپ کے لئے فیصلے نہیں کرسکتا ہے، مگر وہ آپ کی خواہشات، احساسات اور اقدار کے بارے میں معلومات فراہم کرسکتے ہیں۔ اس سے نگہداشت صحت سے متعلق پیشہ ور افراد کو آپ کے بہترین مفادات میں فیصلہ کرنے میں مدد ملے گی۔

یہ تا حیات مختار نامہ (lasting power of attorney) کے تحت آپ کے لئے فیصلے کرنے کے واسطے کسی فرد کو قانونی طور پر متیعن کرنے جیسا نہیں ہے۔ ہم صفحہ 10 پر اس سلسلے میں نگاہ ڈالیں گے۔

## آپ کے لئے بات کرنے کے واسطے کسی فرد کو نامزد کرنے کی مثال

شیلاگ (Sheelagh) اکیلی رہتی ہے اور کوئی باحیات رشتہ دار موجود نہیں ہے۔ اس نے ہمیشہ اپنی تاحیات سہیلی اور پڑوسی جینی (Jenny) سے مدد اور تعاون حاصل کیا ہے۔

شیلاگ (Sheelagh) عمر رسیدہ ہونے پر اس بارے میں سوچنا شروع کرتی ہے کہ اگر کسی وجہ سے اس کی صحت خراب ہوجاتی ہے تو اس کے ساتھ کیا معاملہ پیش آئے گا۔ وہ جینی (Jenny) کو اچھی طرح جانتی اور اس پر اعتبار کرتی ہے اور وہ ایسا فرد ہونے کے بارے میں اس سے پوچھنے کا فیصلہ کرتی ہے جس سے وہ رجوع کیا جانا اور اس کے لئے بات کرنا پسند کرے گی، اگر کبھی ایسی ضرورت آ پڑے۔

شیلاگ (Sheelagh) کو خوشی ہے کہ اس کے مالی امور ابھی بھی اس کے وکیل کے زیر انتظام ویسے ہی ہیں جیسا وہ ہمیشہ سے رہے ہیں، اور وہ اپنے وکیل سے اس پر گفتگو کرتی ہے۔



## تا حیات مختار نامہ بنانا

اگر ایسا وقت آجائے جب آپ خود اپنے فیصلے کرنے پر قادر نہ ہوں تو ایسی صورت میں اپنی جانب سے فیصلے کرنے کے لئے آپ دوسرے فرد کو قانونی اختیار دینے (انہیں 'نمائندہ' بنانے) کا انتخاب کرسکتے ہیں۔ یہ کوئی دوست، رشتہ دار یا وکیل ہوسکتا ہے۔

تا حیات مختار نامہ (Lasting Power of Attorney (LPA)) آپ کو اپنی املاک اور معاملات اور / یا آپ کی بہبود کے بارے میں فیصلے کرنے کا حق دوسرے فرد کو دینے کا اہل بناتا ہے۔

نگہداشت اور معالجہ کے بارے میں فیصلے ذاتی بہبود سے متعلق LPA کے دائرے میں آسکتے ہیں۔ آپ کی ذاتی بہبود پر مشتمل LPA (کبھی کبھی اسے صحت و بہبود کہا جاتا ہے) صرف اسی صورت میں استعمال ہوگا جب آپ میں اپنے لئے صحت و بہبود کے مخصوص فیصلے کرنے کی اہلیت مفقود ہوگی۔

ایک LPA بحال کرنے کے بارے میں خصوصی اصول موجود ہیں۔ آپ آفس آف پبلک گارڈین (Office of Public Guardian (OPG)) سے یا قانونی پیکس فراہم کرنے والی کتاب کاپیوں کی دکان سے ایک مخصوص فارم حاصل کرسکتے ہیں۔ جو بھی کام کرنا ہے وہ فارم میں مذکور ہوگا۔ آپ کے LPA کا استعمال ہوسکنے سے قبل آفس آف پبلک گارڈین میں اس کارجسٹرڈ ہونا ضروری ہے (تفصیلات صفحہ 14 پر دیکھیں)۔

LPA نے دیرپا مختار نامہ (Enduring Power of Attorney) کی جگہ لی ہے۔





## ایک تاحیات مختار نامہ کی تقرری کی مثال

کمال (Kamal) دل کی ایک کیفیت میں مبتلا ہو کر زندگی گزارتا ہے اور اس کی نقل و حرکت محدود ہے؛ اس نے اس بارے میں سوچنا شروع کر دیا ہے کہ اگر بیماری بدترین شکل اختیار کر لیتی ہے تو مستقبل میں کیا ہوسکتا ہے۔

کمال (Kamal) نے ہمیشہ اپنے لئے بھی اور اپنی بیوی کے لئے بھی مالی معاملات اور امور انجام دیئے ہیں۔ وہ دونوں اس بارے میں تشویش زدہ ہیں کہ اگر اسے کچھ ہو گیا تو، اس کی بیوی کے لئے کسی بھی اہم فیصلوں کو کرنا مشکل ہوگا یا وہ اس قدر بیمار ہوسکتی ہے کہ خود اپنی نگہداشت کے بارے میں فیصلے نہ کرسکے۔

خود کو اور اپنی بیوی کو ذہنی سکون میسر کرانے کے لئے وہ دونوں اپنی بیٹی کو تاحیات مختار نامہ دینے کا فیصلہ کرتے ہیں۔ وہ دونوں اپنی بیٹی فرح (Farah) سے مستقبل کے کسی ایسے امکانی فیصلے کے بارے میں گفتگو کرتے ہیں جو رقم، املاک یا نگہداشت صحت کے بارے میں پیدا ہوسکتے ہیں۔ ایسا کرنے سے ان کی بیٹی ان کی خواہشات اور ترجیحات کو سمجھ لیتی ہے اور ان کے لئے ایسے انداز میں کام کرسکتی ہے جس کا انتخاب وہ کبھی بھی نہیں کرسکیں گے۔

فرح اپنے والدین کے لئے صرف ایسے اوقات آنے کی صورت میں فیصلے کرے گی جب وہ خود اپنے لئے فیصلے کرنے کے قابل نہیں ہوں گے۔



## لوگوں کو جاننے دیں

پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کا ہمیشہ تحریری شکل میں ہونا ضروری نہیں ہوتا ہے سوائے اس کے کہ آپ زندگی برقرار رکھنے والے معالجے سے منع کرنے کا فیصلہ کر رہے ہوں۔ تاہم، اگر آپ کی خواہشات اور ترجیحات تحریری شکل میں، دستخط مع تاریخ درج کردہ ہوں تو آپ کی نگہداشت میں شامل پیشہ ور افراد اور آپ کے خاندان کے افراد کے لئے یہ مفید ہوسکتا ہے۔ اپنی خواہشات کی ایک کاپی ہر اس فرد کو دے دینا اچھا خیال کیا جاتا ہے جس کے لئے اس کا جاننا ضروری ہو۔ اپنی کاپی یاد سے محفوظ رکھیں۔

اپنی خواہشات کے بارے میں لوگوں کو جاننے دے کر آپ کے پاس اپنے قریبی لوگوں کے ساتھ اس پر گفتگو کرنے کا موقع ہوتا ہے۔

اگر مخصوص معالجہ سے منع کرنے کے لئے آپ نے ایک پیشگی فیصلہ کیا ہوا ہے تو آپ کو اس امر کا یقین ہونا چاہیے کہ آپ کی نگہداشت میں شامل افراد کو اس کا علم ہے۔ اپنی نرس یا ڈاکٹر سے اس کام میں اپنی مدد کرنے کو کہیں۔





## پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کے بارے میں کلیدی نکات

- کوئی بھی فرد پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی کرنے کا پابند نہیں ہے
- آپ اپنے نگرانوں، ساتھی یا رشتہ داروں کے ساتھ اپنی خواہشات پر گفتگو کرنے کے خواہاں ہوسکتے ہیں
- ہر وہ چیز شامل کریں جو آپ کے لئے اہم ہوسکتی ہے چاہے وہ جتنی بھی معمولی محسوس ہوتی ہو
- اگر آپ کا ارادہ کسی مخصوص معاملے سے منع کرنے کا ہے تو، معاملہ سے منع کرنے کے لئے ایک پیشگی فیصلہ کرنے پر غور کریں
- یہ سفارش کی جاتی ہے کہ آپ نے جو کچھ بھی تحریر کیا ہو اس پر دستخط مع تاریخ درج ہونی چاہیے
- اگر آپ مخصوص معاملے سے منع کرنے کا پیشگی فیصلہ کر رہے ہیں تو آپ کو ایک تجربہ کار نگہداشت صحت سے متعلق پیشہ ور فرد سے مشورہ لینے کی سفارش کی جاتی ہے۔
- اگر آپ ایک ایسا پیشگی فیصلہ کر رہے ہیں جس میں زندگی بچانے والے معاملے سے منع کیا گیا ہے تو، یہ تحریری شکل میں، دستخط شدہ، تاریخ درج کردہ اور شہادت یافتہ ہو اور الفاظ کی ایک مخصوص شکل استعمال کریں
- اگر آپ نے اپنے لئے بات کرنے کے واسطے کسی کو نامزد کیا ہے یا آپ کے پاس تاحیات مختار نامہ ہے تو، ان کا نام پیشگی نگہداشت کی منصوبہ بندی والی اپنی دستاویز میں تحریر کر دینا یاد رکھیں
- اگر آپ کی خواہشات تحریری شکل میں ہیں یا آپ کے پاس تاحیات مختار نامہ ہے تو، دستاویزی شہادت کی ایک کاپی محفوظ رکھیں اور ان سبھی افراد کو کاپیاں فراہم کرائیں جنہیں آپ کی خواہشات جاننا ضروری ہے، جیسے، نرسیں ڈاکٹر، نگران یا خاندان کے افراد۔

یاد رکھیں کہ آپ کسی بھی وقت اپنا ارادہ بدل سکتے ہیں۔

## مزید معلومات کہاں سے حاصل کریں

درج ذیل معلومات ویب سائٹوں پر موجود ہے۔ آپ اپنے GP، صحت و سماجی نگہداشت سے متعلق کارکن، اپنی لائبریری کی معرفت یا ہسپتال کے مرکز اطلاعات میں ان تک رسائی میں مدد حاصل کر سکتے ہیں۔

### موت معنی رکھتی ہے (Dying Matters)

گفت و شنید کرنے اور پیشگی منصوبہ بنانے پر مرتکز 10 پرچے [www.dyingmatters.org/overview/resources](http://www.dyingmatters.org/overview/resources) پر مل سکتے ہیں

### دماغی لیاقت سے متعلق ایکٹ (Mental Capacity Act)

دماغی لیاقت سے متعلق ایکٹ (Mental Capacity Act) اور معاون ضابطہ عمل (Code of Practice) کے بارے میں معلومات۔

[www.justice.gov.uk/guidance/protecting-the-vulnerable/mental-capacity-act](http://www.justice.gov.uk/guidance/protecting-the-vulnerable/mental-capacity-act)

### آفس آف پبلک گارڈین (Office of Public Guardian)

آفس آف پبلک گارڈین (Office of Public Guardian) ان افراد کا تحفظ کرنے کے لئے موجود ہے جن میں لیاقت کا فقدان ہوتا ہے۔ تاحیات مختار نامہ بحال کرنے سے متعلق فارمز اور رہنمائی دستیاب ہے۔

[www.publicguardian.gov.uk](http://www.publicguardian.gov.uk)

ٹیلیفون 0300 4560300

### نگہداشت کے لئے پسندیدہ ترجیحات (Preferred Priorities for Care)

ایک دستاویز جو مستقبل کے لئے ترجیحات اور خواہشات کو تحریر کرنے میں مدد کے لئے استعمال ہوسکتی ہے۔

[www.endoflifecareforadults.nhs.uk/tools/core-tools/preferredprioritiesforcare](http://www.endoflifecareforadults.nhs.uk/tools/core-tools/preferredprioritiesforcare)

### نافذ العمل دماغی لیاقت سے متعلق ایکٹ

### (The Mental Capacity Act in Practice)

اختتام زندگی کی نگہداشت کے لئے رہنما (2008) - قومی کونسل برائے تخفیفی نگہداشت (The National Council for Palliative Care)۔

[www.ncpc.org.uk](http://www.ncpc.org.uk)

ٹیلیفون 020 7697 1520

اچھی فیصلہ سازی - دماغی لیاقت سے متعلق ایکٹ اور اختتام زندگی کی نگہداشت

### (Good Decision Making – The Mental Capacity Act and End of Life Care)

لوگوں کو MCA اور اس کے مضمولات سے متعارف کروانے اور اختتام زندگی کی نگہداشت کا فیصلہ کرنے کی اہمیت واضح کرنے کے لئے ایک خلاصہ رہنما۔

[www.ncpc.org.uk](http://www.ncpc.org.uk)

معالجے سے منع کرنے کے لئے پیشگی فیصلے

(Advance Decisions to Refuse Treatment website) سے متعلق ویب سائٹ

پیشہ و افراد کے لئے ایک تربیتی ویب سائٹ جس میں مریض والا بھی ایک جزء ہوتا ہے۔

[www.adrt.nhs.uk](http://www.adrt.nhs.uk)

### NHS چوائسز (NHS Choices)

ایک ویب سائٹ جو کیفیات، معالجے، اچھی زندگی گزارنے اور نگرانوں کے لئے تعاون سے متعلق معلومات فراہم کرتی ہے۔

[www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

### ایج یو کے لائف بک (Age UK LifeBook)

لائف بک آپ کی زندگی، آپ کی کار کا بیمہ کرنے والوں سے لے کر آپ کے ٹی وی کا لائسنس رکھنے کی جگہ تک کے بارے میں اہم اور مفید معلومات ضبط تحریر کرنے کے لئے ایک مفت کتابچہ۔

[www.ageuk.org.uk/home-and-care/home-safety-and-security/lifebook/](http://www.ageuk.org.uk/home-and-care/home-safety-and-security/lifebook/)

ٹیلیفون 0845 685 1061 حوالہ ALL 721 بیان کریں

### ہیلتھ ٹاک آن لائن (Healthtalkonline)

موت اور صدمے سے متعلق لوگوں کے تجربات کی تفصیل پر مشتمل ایک ویب سائٹ، جس میں مہلک بیماری میں مبتلا کسی فرد کی دیکھ بھال کرنے سے متعلق جزء بھی

شامل ہے۔

[www.healthtalkonline.org/Dying\\_and\\_bereavement/](http://www.healthtalkonline.org/Dying_and_bereavement/)

www.endoflifecareforadults.nhs.uk  
شائع شدہ بذریعہ نیشنل اینڈ آف لائف کیئر پروگرام

978 1 908874 26 9  
PB0037 A 04 12

: ISBN

پروگرام کا حوالہ:

فروری 2012

اشاعت کی تاریخ:

فروری 2014

نظر ثانی کی تاریخ:

© نیشنل اینڈ آف لائف کیئر پروگرام (2012) جملہ حقوق محفوظ۔ پوری  
شرائط استعمال کے لئے براہ کرم

[www.endoflifecareforadults.nhs.uk/terms-of-use](http://www.endoflifecareforadults.nhs.uk/terms-of-use)

دیکھیں یا [information@eolc.nhs.uk](mailto:information@eolc.nhs.uk) پر ای میل کریں۔ خاص طور  
پر براہ کرم نوٹ کریں کہ آپ کو یہ مصنوع یا مواد مالی یا اقتصادی منافع  
کے لئے استعمال برگز نہیں کرنا چاہیے، جس میں مصنوعات یا مواد کسی  
فرد کو فروخت کرنا بلا تحدید شامل ہے۔



The University of  
Nottingham

**NHS**

National End of Life  
Care Programme